

## JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

DATA	ŚNIADANIE	ZUPA	II DANIE	PODWIECZOREK
<b>PONIEDZIAŁEK</b> <b>10.04.2023</b>	<p><b>Płatki kukurydziane z mlekiem</b> 200 ml (mleko 2%: <u>mleko spożywcze pasteryzowane 2 %</u>; płatki kukurydziane)</p> <p><b>Kanapki z polędwicą drobiową i pomidorem, szczypiorkiem</b> - chleb pszenno – żytni 60g (<u>mąka pszenna typ 650, mąka żytnia typ 720, rozczyń żytni typ 720, sól, woda, drożdże</u>)</p> <p style="text-align: center;">- szynka 20g</p> <p style="text-align: center;">- masło 10g (<u>śmietanka pasteryzowana</u>)</p> <p style="text-align: center;">- pomidor, sałata 40g</p> <p><b>Herbata</b> 200 ml (woda, mieszanka czarnych herbat celjońskich i indyjskich; cytryna)</p>	<p><b>Zupa grysikowa</b> (wywar mięsny: woda, szyjka z indyka, skrzydełko z kurczaka/ ćwiartka z kurczaka, marchew, <u>seler</u>, pietruszka korzeń, cebula, por, czosnek, liść laurowy, pieprz czarny ziarnisty, ziele angielskie, lubczyk suszony, kozieradka, suszone warzywa bez dodatków (marchew, korzeń pietruszki, pasternak, <u>seler</u>, por, cebula, nać pietruszki i lubczyk) kurkuma; marchew, <u>kasza manna</u>; natka pietruszki, sól, pieprz) 250 ml</p>	<p><b>Potrawka</b> 130g (pierś z kurczaka, warzywa: marchew, pietruszka, przecier pomidorowy: pomidory – 99.5 %, sól; pieprz, czosnek, cebula, ziele angielskie, liść laurowy, papryka czerwona, mielona słodka, oregano, bazylia; warzywa suszone: marchew, pasternak, pietruszka, cebula, por, papryka słodka, czosnek, lubczyk, kolendra, majeranek, pietruszka nać, papryka ostra, pieprz czarny, cukier, sól ; olej rzepakowy, <u>mąka pszenna typ 550</u>, pieprz, sól)</p> <p><b>Kompot</b> 150 ml (woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona; cukier)</p>	<p><b>Deser owocowy</b> <b>200g</b> (jogurt naturalny, owoce: banan, gruszka, kiwi, mandarynka, pomarańcza; musli: płatki owsiane, nasiona słonecznika, żurawina, miód)</p>

## JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

<b>WTOREK</b> <b>11.04.2023</b>	<p><b>Kanapki z serem żółtym, warzywa</b>                      - chleb pszenno- żytni 60g                      (mąka <u>pszenna</u> typ 650, mąka <u>żytnia</u> typ 720, <u>rozczyń</u> żytni typ 720, sól, woda, drożdże;                      chleb graham: mąka pszena graham, <u>rozczyń</u> żytni typ 720, sól, woda, drożdże                      - ser żółty – 20-25g                      (Mleko <u>pasteryzowane</u>, sól spożywcza, stabilizator: chlorek wapnia substancja konserwująca: lizozym (z jaj), kultury bakterii mlekowych (mleko), <u>podpuszczka</u> mikrobiologiczna, barwnik: annato)</p> <p>- masło 82 % - 10 g (<u>śmietanka pasteryzowana</u>)</p> <p>- ogórek świeży, rzodkiewka – 40g</p> <p><b>kakao</b> 200 ml (mleko 2%: <u>mleko</u> spożywcze pasteryzowane 2 %; kakao)</p>	<p><b>Zupa jarzynowa z ziemniakami ,zabielana</b>                      (wywar mięsny: woda, szyjka z indyka, skrzydełko z kurczaka/ ćwiartka z kurczaka, marchew, <u>seler</u>, pietruszka korzeń, cebula, por, czosnek, olej rzepakowy/ masło klarowane, liść lauowy, pieprz czarny ziarnisty, ziele angielskie, lubczyk suszony, kozieradka, suszone warzywa bez dodatków, kurkuma; ziemniaki, fasolka szparagowa, kalafior, groszek zielony; włośzczyzna: warzywa 100% w różnych proporcjach: marchew, pietruszka, <u>seler</u>, por; jogurt naturalny: <u>mleko</u>, <u>białka mleka</u>, żywe kultury bakterii jogurtowych oraz Lactobacillus acidophilus i Bifidobacterium lactis)                      250 ml</p>	<p><b>Ryż z jabłkiem 250g</b>                      (ryż biały; jabłko, banan, śmietana 18% : <u>śmietanka</u>, żywe kultury bakterii kwasu mlekowego; jogurt naturalny: <u>mleko</u>, <u>białka mleka</u>, żywe kultury bakterii jogurtowych oraz Lactobacillus acidophilus i Bifidobacterium lactis, cynamon)</p> <p><b>Woda z cytryną</b>                      (woda niegazowana źródlana, sok z cytryny)                      150ml</p>	<p><b>Jogurt z owocami 150g</b>                      (<u>śmietanka</u>, cukier trzcinowy, brzoskwinia 12%, <u>mleko zagęszczone</u> odtłuszczone, <u>mleko</u>, żywe kultury bakterii jogurtowych)</p>
<b>ŚRODA</b> <b>12.04.2023</b>	<p><b>Bułka grahamka z wędliną</b>                      - bułka grahamka 1 szt                      (mąka <u>pszenna</u> graham, <u>rozczyń</u> żytni typ 720, sól, woda, drożdże)</p> <p>- indyk gotowany 20g</p> <p>- masło 7g (<u>śmietanka pasteryzowana</u>)</p> <p>Pomidor , sałata 40g</p> <p><b>Herbata z miętą – 200 ml</b>                      (woda, mieszanka czarnych herbat celjońskich i indyjskich; mięta: 100 % mięta suszona pieprzowa)</p>	<p><b>Zupa z soczewicy</b>                      (wywar mięsny: woda, szyjka z indyka, skrzydełko z kurczaka/ ćwiartka z kurczaka, marchew, <u>seler</u>, pietruszka korzeń, cebula, por, czosnek, liść lauowy, pieprz czarny ziarnisty, ziele angielskie, lubczyk suszony, kozieradka, suszone warzywa bez dodatków (marchew, korzeń pietruszki, pasternak, <u>seler</u>, por, cebula, nać pietruszki i lubczyk); włośzczyzna: warzywa 100% w różnych proporcjach: marchew, pietruszka, <u>seler</u>, por; ziemniaki; soczewica czerwona, Koncentrat pomidorowy- pasteryzowany zawartość ekstraktu 30 %; pietruszka zielona, sól, papryka czerwona wędzona, pieprz, kminek, majeranek)</p>	<p><b>Filet z kurczaka, pieczony 70g</b>                      (filet z kurczaka, sól, pieprz, czerwona papryka, czosnek, tymianek, olej rzepakowy)</p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem 100g</b>                      (ziemniaki, koperek, sól)</p> <p><b>Buraczki gotowane 70g</b>                      (buraki, masło 82%: <u>śmietanka</u> pasteryzowana)</p> <p><b>Kompot 150 ml</b>                      (woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona; cukier)</p>	<p><b>Galaretka owocowa 150ml</b></p>

## JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

<b>CZWARTEK</b> <b>13.04.2023</b>	<p><b>Kanapki z kielbasą krakowską, warzywa</b>          - chleb pszenno- żytni 60g          (mąka <u>pszenna typ 650</u>, mąka <u>żytnia typ 720</u>, <u>rozczyń żytni typ 720</u>, sól, woda, drożdże; chleb graham: mąka pszenno graham, <u>rozczyń żytni typ 720</u>, sól, woda, drożdże)</p> <p>- masło 82% - 7g (<u>śmietanka pasteryzowana</u>)</p> <p>-kielbasa krakowska 20g</p> <p>-Ogórek kiszony, papryka – 40g          (ogórki, woda, sól)</p> <p><b>Herbata owocowa</b> 200 ml          (woda, mieszanka czarnych herbat celjońskich indyjskich; herbata malinowa:owoc maliny (60%0, kwiat hibiskusa, owoc dzikiej róży, naturalny aromat)</p>	<p><b>Zupa z zielonego groszku, z ziemniakami</b>          250 ml          (wywar jarski :woda, marchew, <u>seler</u>, pietruszka korzeń, cebula, por, czosnek, olej rzepakowy/ masło klarowane, liść laurowy, pieprz czarny ziarnisty, ziele angielskie, lubczyk suszony, kozieradka, suszone warzywa bez dodatków, kurkuma; ziemniaki, włoszczyzna : marchew, pietruszka, <u>seler</u>; zielony groszek mrożony; <u>śmietana 18%: śmietanka</u>, żywe kultury bakterii); jogurt naturalny: <u>mleko</u>, <u>białka mleka</u>, żywe kultury bakterii jogurtowych oraz Lactobacillusacidophilus i Bifidobacteriumlactis; <u>mąka pszenno typ 550</u>,masło: <u>śmietanka pasteryzowana</u>; pietruszka nać)</p>	<p>Gulasz 120g          (szynka, sól, pieprz, tymianek, majeranek, papryka słodka mielona, czosnek, olej rzepakowy)</p> <p><b>Surówka z marchewki</b> 70g          (marchew, rodzynki; śmietana 18%: <u>śmietanka</u>, żywe kultury bakterii kwasu melkowego)</p> <p><b>Kasza gryczana</b> 100g          (kasza gryczana, sól)</p> <p><b>Woda z cytryną</b>          (woda niegazowana źródlana, sok z cytryny)          150ml</p>	<p><b>Chałka z masłem</b>          -Chałka 30g          -Masło 5g  <u>(śmietanka pasteryzowana)</u></p>
--------------------------------------	---	---	--	---

## JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

<b>PIĄTEK</b> <b>14.04.2023</b>	<p><b>Bułka kajzerka z twarożkiem i dżemem brzoskwiniowym</b></p> <p>- bułka kajzerka 1 szt (mąka <u>pszenna</u> typ 550, woda, margaryna (wyselekcjonowane tłuszcze i oleje roślinne, woda, sól, 0.3% emulgatory (lecytyny, mono- i dwuglicerydy kwasów tłuszczowych), aromaty, barwnik naturalny: annato, drożdże, cukier, sól)</p> <p>- masło 10g (<u>śmietanka pasteryzowana</u>)</p> <p>-twarożek 40g (ser biały półtłusty śmietankowy: <u>mleko pasteryzowane</u>, kultury mleczarskie; jogurt naturalny: <u>mleko, białka mleka, żywe</u> kultury bakterii jogurtowych oraz Lactobaccillusacidophilus i Bifidobacteriumlactis)</p> <p>- dżem brzoskwiniowy 15g</p> <p>- mix owoców 50g</p> <p><b>Kawa zbożowa 200 ml</b> (mleko 2%: <u>mleko</u> spożywcze pasteryzowane 2 %; zboża 78% (<u>jęczmień, żyto</u>), cykoria)</p>	<p><b>Zupa pomidorowa z makaronem</b> (Bulion jarski: woda, marchew, <u>seler</u>, pietruszka korzeń, cebula, por, czosnek, olej rzepakowy/ masło klarowane, liść laurowy, pieprz czarny ziarnisty, ziele angielskie, lubczyk suszony, kozieradka, suszone warzywa bez dodatków (marchew, korzeń pietruszki, pasternak, <u>seler</u>, por, cebula, nać pietruszki i lubczyk), kurkuma; włoszczyzna: warzywa 100% w różnych proporcjach: marchew, pietruszka, <u>seler</u>, por; Koncentrat pomidorowy: pasteryzowany zawartość ekstraktu 30 %; Przecier pomidorowy: pomidory – 99.5 %, sól; makaron pszenny, świderki: mąka <u>pszenna</u> makaronowa śmietana 18% : <u>śmietanka</u>, żywe kultury bakterii kwasu mlekowego; pietruszka zielona, przyprawy: pieprz ziarnisty, ziele angielskie, liść laurowy, sól) 250 ml</p>	<p><b>Filet rybny 70g</b> (filet z mintaja, przyprawy: sól, pieprz, mąka <u>pszenna</u> typ 500, <u>jajka</u>, bułka tarta (mąka <u>pszenna</u> typ 650, drożdże, woda, sól; olej rzepakowy )</p> <p><b>Warzywa na ciepło</b> (marchew, seler, pietruszka korzeń, cebula, czosnek pulpa pomidorowa, bazylika, curry, czerwona papryka mielona) 70g</p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem 130g</b> (ziemniaki, koperek, sól)</p> <p><b>Kompot 150 ml</b> (woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona; cukier)</p>	<b>Bułka słodka 60g</b>
------------------------------------	--	--	--	-------------------------